

Trabajo Fin de Grado

Programa de educación para la salud en el
ámbito educativo: importancia de la
Enfermería Escolar.

Health education program in the educational field:
importance of School Nursing

Autora

Ana Lucía Pardos Pérez

Directora

Patricia Sánchez Pablo

Facultad de Ciencias de la Salud
2020/2021

INDICE

Resumen	3
Abstract	4
1. Introducción	5
1.1. Profesional de Enfermería Escolar	5
1.2. Antecedentes históricos	6
1.3. Situación actual: Internacional y España	7
1.4. Justificación	8
2. Objetivos	10
3. Metodología	10
4. Desarrollo	11
4.1. Diagnóstico	11
4.1.1. Análisis de la situación	11
4.1.2. Población diana	12
4.1.3. Contexto social	12
4.1.4. Redes de apoyo	12
4.2. Planificación del programa	13
4.2.1. Objetivos	13
4.2.2. Actividades	13
4.2.3. Cronograma	19
4.2.4. Recursos humanos y materiales y presupuesto	19
4.3. Evaluación	20
5. Conclusiones	20
6. Bibliografía	21
7. Anexos	25

RESUMEN

Introducción. La Enfermería escolar está consolidada en diversos países desde hace años, sin embargo, en España no se encuentra implantada de manera uniforme, a pesar de que esta figura juega un papel fundamental en la salud de los escolares a través de la promoción y la educación para la salud.

Objetivo. Determinar la importancia de la figura de la enfermera escolar mediante la elaboración de un programa de salud que fomente hábitos saludables, primeros auxilios y prevención de riesgos, instando en la necesidad de su incorporación en los centros escolares.

Metodología. Se ha realizado una búsqueda bibliográfica actualizada y completa, con la que desarrollar un programa de educación para la salud dirigido a estudiantes de 5º y 6º de primaria de colegios públicos ordinarios, cuya finalidad es fomentar estilos de vida saludables, que les ayuden a convertirse en adultos sanos, además de prevenir actos que pongan en riesgo su salud.

Conclusión. La integración de la Enfermera escolar en el colegio a tiempo completo es más que necesaria, ya que se invierte en salud, reduciendo los costes sanitarios tanto de la infancia como de la edad adulta, a través de la educación para la salud. Además, se consigue liberar al profesorado de responsabilidades que no les competen, proporciona tranquilidad a los padres y revaloriza el centro escolar.

Palabras clave: Enfermería escolar, Enfermera escolar, Salud escolar, Educación para la salud.

ABSTRACT

Introduction. School nursing has been consolidated in several countries for years, however, in Spain it is not uniformly implemented, even though this figure plays a fundamental role in the health of schoolchildren through the promotion and the health education.

Objective. Establish the importance of the role of school nurse with a develop of a health program that promotes healthy habits, first aid and risk prevention, emphasizing on the need of their integration into these schools.

Method: An updated and comprehensive bibliographic search has been carried out, leading to the development of a health education program a health education program aimed at 5th and 6th grade primary school students in regular public schools in order to promote healthy lifestyles, which helps them to become healthy adults, as well as prevent acts that put their health at risk.

Conclusion. The integration of the school nurse into the school full time is more than necessary, since it invests in health, reducing the health costs of both childhood and adulthood through health education, in addition, it is possible to free teachers from responsibilities that do not correspond to them, providing peace of mind to parents, and improving the school.

Keywords. School nursing, School nurse, School health, Health education

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Profesional de Enfermería escolar

La enfermería es una profesión con amplios campos de trabajo. Aun así, la mayoría son desconocidos por gran parte de la población.

Uno de ellos es la Enfermería escolar, cuya figura no es novedosa, pero sí poco conocida. Así pues, la Enfermera escolar es la profesional que realiza su ejercicio en el ámbito educativo con el objetivo de conseguir el mayor bienestar físico, psíquico y social, además de prevenir, detectar y solucionar los problemas de salud de toda la comunidad educativa.^{1,2}

Actualmente, en España, para la contratación de enfermeros escolares se requiere un mínimo de estudiantes con enfermedades crónicas, por lo que la función principal del profesional se basa en la atención a alumnos enfermos, con patologías crónicas o urgencias. Sin embargo, desarrollan un papel fundamental en la prevención de accidentes y enfermedades, así como en la promoción de la salud, por lo tanto, la presencia de la enfermera en el ámbito educativo se necesita tanto para los alumnos enfermos, como para los sanos, con el objetivo de fomentar hábitos saludables que les ayuden a crear estilos de vida adecuados para convertirse en adultos sanos.^{3,4}

La Educación para la Salud (EpS) adquiere mucha importancia internacionalmente apoyándose en documentos como la Carta de Ottawa (Organización Mundial de la Salud) [OMS], 1986), asegurando que la salud de las personas mejora cuando tienen la capacidad de aumentar el control sobre esta, o en la Declaración de Yakarta (OMS, 1997), la cual sugiere la escuela como la comunidad principal para el desarrollo de EpS.⁵

La EpS es considerada la herramienta más efectiva, tanto para la prevención de enfermedad, como para la promoción de salud. También ayuda en la curación y la rehabilitación. Además, el colegio es el lugar idóneo para la adquisición del conocimiento, al igual que para la integración de toda la comunidad educativa.^{5,6} Como decía Erasmo Rotterdam: "Más vale prevenir que curar".

1.2. Antecedentes históricos

El origen de la Enfermería escolar tiene lugar en Inglaterra en el año 1891 en el congreso "Higiene y Demografía", donde se detallan los beneficios que genera una enfermera cuando acude regularmente a los centros escolares, incitando a la creación en 1897 de la fundación "The London School Nurses' Society" creándose puestos de enfermeras escolares a jornada completa.¹

En 1902 en Estados Unidos (EEUU), en Nueva York, Lina Rogers, fue la primera Enfermera escolar reconocida. Atendió tanto a escolares como a sus familias en condiciones desfavorables, con el objetivo de educar acerca de la higiene y la prevención. Su labor resultó exitosa, reduciéndose un 90% el absentismo escolar.^{7,8}

En 1907, la figura de la Enfermera escolar se extiende a Suecia y Escocia.¹

En 1909 en Boston, se analiza el absentismo escolar producido por enfermedades contagiosas y físicas, incorporando a dos enfermeras en varios centros. El resultado fue tan favorable, que en 1926 la Organización Nacional de Enfermería en Salud Pública evidencia la eficacia del trabajo interdisciplinar entre docentes y enfermeras, consiguiendo un abordaje integral en la salud infantil y en la educación sanitaria de los padres.¹

En 1999 en EEUU la "National Association of School Nurses" (NASN) propone el término "School nursing".¹

En España a principios del siglo XX, se funda el Cuerpo de Auxiliares Sanitarias Femeninas de Medicina e Higiene Escolar, las cuales realizaban el examen sanitario a los escolares. No obstante, el que se considera primer documento en relación a la salud escolar se remonta a 1886, cuando Pedro de Alcántara García denuncia la falta de hábitos higiénicos y de alimentación a través del "Tratado de Higiene Escolar".⁹

Hace más de 30 años surgen las primeras enfermeras en los colegios de Educación especial. Sin embargo, su aparición en los colegios

públicos ordinarios no se da hasta que se produce la incorporación a los mismos de alumnos con necesidades educativas especiales, impulsadas por la Ley de Integración Social de los Minusválidos. Es en la Comunidad de Madrid en 2001 cuando aparece la primera Enfermera escolar en nuestro país.⁷

1.3. Situación actual: Internacional y España

1.3.1 Internacional

Actualmente, la Enfermería escolar está implantada en EEUU, Canadá, Panamá, Colombia, Argentina, Chile, Cuba, Puerto Rico, Australia, Francia, Alemania, Suiza, Suecia, Finlandia, Noruega y Reino Unido. De estos, la enfermera escolar está integrada a tiempo completo en EEUU, Australia, Suecia y Francia.¹⁰

En EEUU, más del 75% de los colegios cuentan con enfermera escolar.¹

En Francia, las enfermeras escolares dependen del ministerio de educación, y su ejercicio profesional está regulado por ley.¹⁰

En Reino Unido, concretamente en Londres, la Enfermería escolar adquiere mucha importancia, considerándose una especialidad de enfermería.¹⁰

1.3.2. España

La legislación educativa con las leyes orgánicas previas (Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo de 1990 y Ley de Ordenación de la Calidad Educativa de 2006), y la actual (Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa de 2013) aún con algunas modificaciones, establecen que la EpS debe formar parte del temario escolar. Además, la Ley General de Sanidad de 1986 y La Ley de Ordenación de Profesiones Sanitarias otorga a los profesionales de enfermería la prestación de cuidados basados en la promoción, mantenimiento y recuperación de la salud, así como en la prevención de enfermedades. Sin embargo, la figura de enfermera escolar no se encuentra implantada de manera generalizada en los colegios públicos ordinarios, salvo en algunas comunidades autónomas como Madrid, Castilla y León, Castilla la Mancha y Comunidad Valenciana.^{9,11}

Esto es debido a que los altos cargos consideran que esta figura está cubierta por la enfermera comunitaria. Sin embargo, el marco de competencias de los profesionales de atención primaria es muy amplio. Añadiendo a eso la presión asistencial a la que están sometidos, se hace imposible dividir la jornada laboral entre la consulta, los domicilios y el centro escolar. A pesar de que las enfermeras comunitarias imparten EpS en colegios, resulta insuficiente, pues no se garantiza la continuidad.^{12,4}

1.4 Justificación

La Enfermería escolar en España está en auge. Aun así, la incorporación es desigual y lenta a pesar de que, en los últimos años, se ha estado reivindicando la necesidad de contar con este profesional a través de asociaciones como Asociación Madrileña de Enfermería en Centros Educativos (AMECE), Asociación Científica Española de Enfermería y Salud escolar (ACEESE), Asociación Catalana de Enfermería y Salud escolar (ACISE), así como el Consejo general de enfermería, entre otras.¹³

Además, el Sindicato de Enfermería (SATSE) junto con el Foro Español de Pacientes, el Sindicato Independiente de la Enseñanza Pública y la Federación Española de Diabetes, han creado la "Plataforma Estatal de Enfermera Escolar", con la finalidad de que la labor realizada por el profesional de enfermería tanto asistencial como docente sea de provecho para toda la comunidad educativa. Las familias también formulan su apoyo a través de asociaciones de padres y madres (AMPA).¹³

En España, el curso pasado había 4,5 millones de escolarizados en colegios públicos ordinarios.¹⁴ Teniendo en cuenta que el colegio es el lugar donde los niños pasan la mayor parte de su tiempo, que más de un 30% de los accidentes infantiles ocurren en la escuela¹², que el número de alumnos con enfermedades crónicas ha aumentado en las últimas décadas⁴ y que cada vez el consumo de drogas (alcohol, tabaco y tóxicos) es a edades más tempranas, además del aumento de incidencia de embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual (ETS)⁶, se considera imprescindible la presencia de una

Enfermera escolar que proporcione atención inmediata en caso de urgencias y emergencias, que detecte precozmente problemas de salud para evitar complicaciones posteriores, además de realizar un seguimiento de los niños con patologías crónicas como diabetes, asma, alergias, epilepsia, y obesidad, siendo estas las más prevalentes.¹⁵ Demostrándose que el seguimiento realizado por una enfermera escolar se traduce en una mayor adherencia al tratamiento y mayor control y conocimiento de la enfermedad¹⁵, también ayuda a instaurar hábitos saludables mediante programas de EpS desde edades tempranas, donde la adquisición de conocimientos es mayor, para conseguir una etapa adulta con óptima salud y calidad de vida.⁷

Con esta incorporación, resultaría ético conseguir que los profesores pudieran quedar exentos de responsabilidades sanitarias que no forman parte de sus competencias, además de crear nuevos sentimientos de tranquilidad, seguridad y confianza en los padres.^{13,16}

La sociedad desconoce las funciones que realiza el profesional de enfermería en el ámbito educativo. La situación de la pandemia por la Covid-19 parece haber despertado interés por esta especialidad, habiéndose visto necesaria. Aun así, no ha sido suficiente para la incorporación de la enfermería en la escuela. Por este motivo, se considera relevante la elaboración de este trabajo, con la finalidad de empoderar la profesión demostrando el valor de la enfermería, no solo en los centros asistenciales, sino también en otros ámbitos, así como instar para que se consiga la integración de manera legal, con el objetivo de describir la importancia de la enfermera escolar en el ámbito educativo a corto, medio y largo plazo, con la implantación de un programa de salud.

2. OBJETIVOS

General: Determinar la importancia de la figura de la Enfermera escolar mediante la elaboración de un programa de salud que fomente hábitos saludables, primeros auxilios y prevención de riesgos, instando en la necesidad de su incorporación en los centros escolares.

Específicos:

- Reducir la incidencia de enfermedades crónicas en la edad adulta relacionadas con estilos de vida insalubres, como obesidad, diabetes, hipertensión y cáncer.
- Prevenir las consecuencias en adolescentes de las relaciones sexuales sin protección como embarazos no deseados y ETS.
- Valorar la inclusión de la enfermera escolar como miembro del equipo educativo.

3. METODOLOGÍA

Se ha realizado una revisión bibliográfica utilizando las siguientes bases de datos: Pubmed, Medes, Dialnet plus, Scopus y Google Académico.

Además, se ha ampliado información empleando páginas web, como AMECE, NNN Consult, consejo general de enfermería, estadísticas de la educación, sociedad Española de Oncología Médica, Red hospitalaria "Recoletas" y revistas como Enfermería CyL, Portales médicos, Fundación de Educación Médica (FEM) y Revista Ocronos.

Las palabras claves utilizadas fueron "enfermería escolar", "school nursing", "enfermera escolar", "school nurse" "salud escolar" y "Educación para la salud".

Los criterios de búsqueda han sido: texto completo, de 2012 a 2021, y en los idiomas de inglés y español. Además, para concretar la búsqueda se han empleado los operadores booleanos "AND" y "OR".

El resumen de la búsqueda bibliográfica se expone en la tabla 1:

Tabla 1: Resumen búsqueda bibliográfica

BASES DE DATOS	ARTICULOS ENCONTRADOS	ARTICULOS LEIDOS	ARTICULOS SELECCIONADOS
Pubmed	8	3	1
Medes	6	4	3
Dialnet plus	10	7	4
Scopus	6	4	2
Google académico	20	5	2
Páginas web			6
Revistas			6
TOTAL			24

Fuente: Elaboración propia

4. DESARROLLO

4.3. Diagnóstico

4.3.1. Análisis de la situación

En España, la prevalencia de enfermedades crónicas sigue aumentando (anexo 1)¹⁷, las ETS afectan a 1 de cada 10 jóvenes entre 15 y 24 años¹⁸, y se estima que los diagnósticos de cáncer en el 2021 aumenten a 276.239 casos.¹⁹ Todo ello está directamente relacionado con hábitos insalubres alimentarios, disminución de la actividad física, consumo de drogas y prácticas sexuales sin protección, entre otros.

La mayoría de estas conductas son adquiridas en la infancia y adolescencia, de modo que la escuela es el ámbito idóneo para que la enfermera escolar imparta EpS, ya que aparte de que es el lugar donde los alumnos pasan la mayor parte del tiempo, están en pleno desarrollo, lo que facilita la obtención de conocimiento sobre hábitos saludables, favoreciendo la elección de estilos de vida donde prima la salud, evitando factores de riesgo.^{20,21}

Las enfermedades crónicas en la infancia se han incrementado debido al aumento de las tasas de prematuridad, así como a una disminución de la mortalidad perinatal. Resultando un 25% de estudiantes con

patologías crónicas.²² Por consiguiente, la enfermera escolar es un apoyo para la integración de estos alumnos, dando a conocer las enfermedades más prevalentes, con el fin de evitar rechazos por parte de los compañeros.²³

Además, muchos profesores y directivos inciden en la necesidad de contar con un profesional enfermero que imparta educación para la salud para solventar los problemas existentes, coincidiendo con los encontrados en la bibliografía.

Para llevar a cabo este programa se ha basado en el siguiente diagnóstico de enfermería de NANDA:

[00078] Gestión ineficaz de la salud r/c déficit de percepción de la gravedad del problema m/p decisiones ineficaces en la vida diaria para alcanzar los objetivos en salud.²⁴

4.1.2. Población diana

El programa de salud va dirigido a los alumnos de 10-12 años de los colegios públicos ordinarios de Zaragoza.

4.1.3. Contexto social

En España, la figura de enfermera escolar no se encuentra institucionalizada, estando implantada de manera irregular en algunos centros y siendo diferente en cada comunidad autónoma.

Pese a la importancia, por ahora, Aragón no considera la incorporación generalizada de enfermeras en los centros escolares ordinarios.

4.1.4. Redes de apoyo

La Enfermera escolar cuenta con el apoyo de asociaciones como AMECE, ACISE, ACEESE, el colegio de enfermería y SATSE, entre otras.

Además de los directivos del centro educativo y el AMPA.

4.4. Planificación del Programa

El programa de salud estará dividido en 4 sesiones impartidas por la enfermera escolar a lo largo de todo el curso escolar incluido en la programación de la asignatura de Educación física, cada sesión tendrá una duración de 2 horas, con 10 minutos de descanso.

Antes del comienzo del programa se repartirá un tríptico a cada uno, con toda la información relevante al programa. (Anexo 2)

4.2.1. Objetivos

General: Fomentar estilos de vida saludables y formas de autocuidado en la edad de 10 a 12 años, a través de la enfermera escolar.

Específicos:

- Dotar de conocimientos, sobre alimentación saludable, beneficios del ejercicio, sueño y descanso, además de higiene.
- Conocer los problemas de salud derivados del consumo de drogas, así como de las relaciones sexuales sin protección.
- Conocer las enfermedades más prevalentes del ámbito escolar, promoviendo valores como el respeto, y la empatía
- Establecer conocimientos sobre primeros auxilios, para saber actuar dentro y fuera del entorno escolar.

4.2.2. Actividades/Sesiones

SESIÓN 1: HÁBITOS SALUDABLES

En primer lugar, para introducir las sesiones, los alumnos rellenarán una encuesta de evaluación sobre sus conocimientos previos (Anexo 10), y se explicará de manera breve el rol de la Enfermería escolar, donde manifestarán sus conocimientos sobre la profesión mediante una lluvia de ideas.

Posteriormente se tratará mediante juegos y presentaciones los diferentes temas:

- Higiene: primero se explicará a toda la clase, con ayuda de un Power Point, la importancia del correcto lavado de manos no solo ahora en tiempos de pandemia, sino siempre. Luego, se proyectará el famoso cartel "¿Cómo lavarse las manos?" de la OMS (anexo 3).

Después se formarán grupos de unas 5-6 personas, y sin lavarse las manos irán pasando por la lámpara mágica, donde verán la suciedad en sus manos, después realizarán el correcto lavado de manos y volverán a pasar por la lámpara comprobando si realmente sus manos han quedado limpias o quedan zonas donde necesitarían incidir.

La higiene de manos se extrapolará al resto del cuerpo, señalando que una buena higiene corporal ayuda a prevenir el desarrollo de infecciones, enfermedades y malos olores.

- Alimentación: primero se realizará una lluvia de ideas por grupos, cada grupo dirá que significa para ellos alimentación saludable, después se explicará mediante la presentación Power Point, que hay alimentos reales, buenos procesados y ultraprocesados, relacionándose con los colores, verde, amarillo y rojo respectivamente, donde el consumo de los alimentos de color verde y amarillo será diario, mientras que los de color rojo, será muy de vez en cuando.

Tendrán en la mesa una serie de recortables de alimentos muy conocidos (Anexo 4), y tendrán que poner cada alimento en el color que crean correspondiente, tras la explicación dada anteriormente.

Después se hablará de los Trastornos de Conducta Alimentaria, iniciando la presentación con un breve video (Anexo 5), destacando la importancia de no juzgar a nadie por su físico, y de saber pedir ayuda en situaciones de riesgo. Para concluir el tema, la enfermera leerá en alto una carta que escribieron dos chicas con TCA, estando ingresadas en el hospital, sobre cómo se sentían (anexo 6).

- Actividad física: Se explicarán los beneficios que aporta el ejercicio a corto y largo plazo, así como las consecuencias de llevar una vida sedentaria. Se pedirá que uno por uno, levantando la mano, digan el deporte o actividad física que más les guste, para que vean que no solo hay uno, y que lo importante es que estén activos, independientemente de la actividad/ deporte que elijan.

- Sueño y descanso: Se le repartirán a cada alumno unas tarjetas plastificadas (Anexo 7). Por orden, leerán su tarjeta en alto, y el alumno que considere que lleva la tarjeta pareja, levantará la mano y procederá a enseñársela al resto; la información de las tarjetas se apuntará en la pizarra para recopilar la información.

Tabla 2: Carta descriptiva sesión 1

SESIÓN 1: HÁBITOS SALUDABLES			
Instructor: Enfermera escolar	Duración: 2 horas con 10 min de descanso Fecha: Septiembre	Número de participantes: 25 aprox.	
Objetivo: Dotar de conocimientos, sobre alimentación saludable, beneficios del ejercicio, sueño y descanso, además de higiene.			
Desarrollo			
Temas	Actividades	Duración	Material y Equipo de apoyo
Encuesta inicial		10 min	• Encuestas en papel
¿Qué es la enfermería escolar?	• Lluvia de ideas	10 min	
a) Higiene I. Importancia II. Beneficios y riesgos	• Explicar la importancia del lavado de manos, así como la higiene corporal para la prevención de infecciones, enfermedades y malos olores. • Comprobar el correcto lavado de manos, a través de la "lámpara mágica" de luz UV, mostrándonos las zonas que todavía permanecen sucias tras el lavado, si este no ha sido adecuado.	30 min	• Ordenador y proyector • Presentación Power-Point • Lámpara de luz UV • Gel hidroalcohólico
b) Alimentación I. Equilibrada y saludable II. TCA	• Primero se realizará una lluvia de ideas por grupos, sobre lo que significa alimentación saludable para ellos. • Se explicará la importancia de la dieta equilibrada, del consumo de todos los nutrientes y se diferenciarán los alimentos de consumo diario y consumo ocasional. • A través de un juego en el que los niños tendrán que colocar cada tarjeta de alimentos en el color del semáforo que crean correspondiente. • Después se conocerán los Trastornos de Conducta Alimenticia, haciendo hincapié en los signos de alarma y en solicitar ayuda temprano. • Con un video y una carta ampliaremos el conocimiento sobre estos trastornos.	25 min	• Ordenador y proyector • Presentación Power-Point • Tarjetas de alimentos y semáforo • Video
c) Ejercicio y actividad física I. Importancia y beneficios II. Tipos	• Se explicarán los beneficios de la actividad física a corto y largo plazo, así como las consecuencias de llevar una vida sedentaria a través de una presentación Power-Point. • Se les pedirá que uno por uno, digan cual es la actividad o deporte que más les gusta, para que comprendan que lo importante es que se mantengan activos, independientemente de la actividad.	10 min	• Ordenador y proyector • Presentación Power-Point
d) Sueño y descanso I. Importancia y beneficios	• Se repartirán unas tarjetas, unas con dibujos y otras con letra, los que tengan las tarjetas con letra, la leerán en alto y en orden, y la persona que considere que tiene el dibujo de la tarjeta que han leído, levantará la mano. Entre todos decidirán si es la tarjeta pareja y si consideran que sí, se irán colocando las tarjetas en la pizarra y posteriormente se explicarán.	20 min	• Tarjetas del juego
Preguntas finales		5 min	

SESIÓN 2: DROGAS ILÍCITAS Y EDUCACIÓN SEXUAL.

Se proyectará un video sobre la prevención del alcohol, explicando que eso se extrapola al resto de drogas como tabaco y otras sustancias (Anexo 8).

Tras el video, con ayuda de una presentación Power Point, se explicarán los efectos perjudiciales de esas sustancias en nuestro cuerpo, así como las consecuencias a corto y largo plazo.

Unas de las consecuencias a largo plazo por el uso de drogas son las ETS y embarazos no deseados. Así que explicaremos que son, y como se pueden prevenir, siendo la manera más efectiva, el uso de preservativo. Por lo que, con ayuda de unas maquetas se enseñará a utilizar tanto el preservativo masculino como el femenino, incidiendo en su uso en todas las prácticas sexuales.

Finalmente, desde una posición cercana, se pondrá el servicio de la enfermera escolar a disposición de todo aquel que lo necesite, tanto para obtener más información como para solicitar una consulta personal.

Tabla 3: Resumen sesión 2

SESIÓN 2: DROGAS ILÍCITAS Y EDUCACIÓN SEXUAL	
Objetivo	Conocer los problemas de salud derivados del consumo de drogas, así como de las relaciones sexuales sin protección.
Actividades	<ul style="list-style-type: none">- Aprendizaje del uso de preservativos con maquetas
Materiales	<ul style="list-style-type: none">- Aula con mesas y sillas- Ordenador- Proyector y pantalla- Presentación Power Point- Video alcohol- Preservativos masculinos y femeninos- Maquetas pene y vagina
Duración	2 horas

SESIÓN 3: ENFERMEDADES CRÓNICAS.

Las enfermedades crónicas más prevalentes en la infancia son Diabetes, Epilepsia, Asma y Alergia.^{13,15}

Primero, explicaremos brevemente las características más importantes de las patologías, así como sus complicaciones, con la finalidad de incluir a los alumnos como asistentes de sus compañeros y de personas que se puedan encontrar con esas patologías a lo largo de sus vidas.

Haciendo ver que pueden hacer la vida exactamente igual que el resto pese a necesitar ciertas ayudas y precauciones.

Posteriormente contaremos con la presencia de activos en salud, un diabético, epiléptico, asmático y alérgico, los cuales nos contarán su historia y como vivieron la etapa escolar.

Tabla 4: Resumen sesión 3

SESIÓN 3: ENFERMEDADES CRÓNICAS	
Objetivo	Conocer las enfermedades más prevalentes del ámbito escolar, promoviendo valores como el respeto, y la empatía
Actividades	<ul style="list-style-type: none">- Vivencias de los activos en salud
Materiales	<ul style="list-style-type: none">- Aula con mesas y sillas- Ordenador- Proyector y pantalla- Presentación Power Point
Duración	2 horas

SESIÓN 4: Primeros auxilios.

Primero a través de un juego, se explicará lo que llevamos en el botiquín (anexo 9) y después de manera breve con ayuda de una presentación Power Point, les enseñaremos el método PAS (Proteger, Avisar y Socorrer), y la maniobra de Heimlich, en caso de atragantamientos. Para practicar lo aprendido, se simulará una emergencia, y por grupos, irán diciendo lo que hay que hacer en cada momento. Al final, practicarán la maniobra de Reanimación cardiopulmonar (RCP) en una maqueta. Y la maniobra de Heimlich por parejas, en una simulación.

Tabla 5: Resumen sesión 4

SESIÓN 4: PRIMEROS AUXILIOS	
Objetivo	Establecer conocimientos sobre primeros auxilios, para saber actuar dentro y fuera del entorno escolar.
Actividades	<ul style="list-style-type: none">- Juego "¿Qué llevamos en el botiquín?"- Maniobra RCP- Maniobra de Heimlich
Materiales	<ul style="list-style-type: none">- Aula con mesas y sillas- Ordenador- Proyector y pantalla- Presentación Power Point- Maqueta RCP- Tarjetas juego
Duración	2 horas

4.2.3. Cronograma

El programa será propuesto en los meses de verano y se desarrollará durante el curso escolar, finalizando con una evaluación.

Tabla 6: Cronograma

	JUNIO 2021	JULIO 2021	AGOSTO 2021	SEPTIEMBRE 2021	OCTUBRE 2021	NOVIEMBRE 2021	DICIEMBRE 2021	ENERO 2022	FEBRERO 2022	MARZO 2022	ABRIL 2022	MAYO 2022
PROPUESTA AL GOBIERNO DE ARAGÓN												
ORGANIZACIÓN Y CONTACTO CON EL CENTRO												
SESIÓN 1												
SESIÓN 2												
SESIÓN 3												
SESIÓN 4												
EVALUACIÓN												

4.2.4. Recursos: Humanos y Materiales y Presupuesto

El programa será propuesto al departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón para que se haga cargo de los costes mediante una posible subvención. Los recursos materiales como cuestionarios y trípticos correrán a cargo de cada colegio. El presupuesto es meramente orientativo al realizarse en varios centros educativos.

Tabla 7: Recursos y Presupuesto

	CANTIDAD	PRECIO UNIDAD	TOTAL
RECURSOS HUMANOS			
Enfermera escolar	2h x 4 sesiones x 8 clases	25€/h	1600€
Activos en salud	4 personas	Voluntarios	-
RECURSOS MATERIALES			
Tríptico	200 aprox.	0,15€	30€
Cuestionario	2 x 200 aprox.	0,05€	20€
Tarjetas juegos	60	0,20€	12€
Kit lámpara ultravioleta	1	50€	50€
Preservativos masculinos	2 cajas 100 ud.	30€	60€
Preservativos femeninos	2 cajas 30 ud.	30€	60€
Maqueta pene	1	30€	30€
Maqueta vagina	1	45€	45€
Maniquí RCP	1	100€	100€
Ordenador	1	Cedido	-
Proyector	1	Cedido	-
Bolígrafos	200 aprox.	Alumnos	-
INFRAESTRUCTURA			
Centro escolar (Aula)	-	-	-
			2007€

4.5. Evaluación

Para la evaluación del programa se desarrollará un cuestionario (anexo 10), el cual se entregará a los alumnos en la primera sesión con la finalidad de conocer los conocimientos que tienen antes de impartir el programa y al final, para saber si han adquirido los conocimientos, comprobando que se logran los objetivos y la eficacia del programa.

Además, mediante una encuesta de satisfacción podremos conocer la opinión de los alumnos, sobre, si les ha gustado y si han aprendido, añadiendo un apartado final con sugerencias (anexo 11).

5. CONCLUSIÓN

La enfermera escolar juega un papel fundamental en el ámbito educativo, atiende las urgencias, realiza el seguimiento de los alumnos con patologías crónicas y es el referente de salud de toda la comunidad educativa. Además, educa en salud en edades tempranas y de manera continuada, fomentando estilos de vida saludables, aportando información y conocimientos sobre salud que les permita tomar decisiones adecuadas y prevenir las conductas de riesgo, reduciendo la incidencia de enfermedades crónicas en la etapa adulta.

Con la introducción de esta figura en el centro se invierte en salud, reduciendo los costes sanitarios tanto en la infancia como en la edad adulta, se consigue liberar al profesorado de responsabilidades que no les competen, proporciona tranquilidad a los padres, además de revalorizar el centro escolar.

Es por todo ello, por lo que la necesidad de contar con una enfermera escolar en cada colegio, a tiempo completo, es más que sentida.

No puede permitirse que, siendo un país puntero en lo referente al ámbito sanitario, no se invierta en educación para la salud, siendo el centro educativo el mejor lugar para ello, puesto que los hábitos y conductas saludables son más fáciles de adquirir en las primeras etapas de la vida, y la enfermería es la profesión más adecuada para el puesto.

6. BIBLIOGRAFÍA

1. Encinar Casado A. Enfermería Escolar, La Situación Hoy En Día. Revista enfermería CyL [Internet]. 2015[citado 21 de marzo de 2021];7(1):56-61. Disponible en: <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/view/144>
2. López N. ¿Qué es la enfermería escolar?. Enfermería en Desarrollo [Internet] 2015[Citado 23 de marzo de 2021];6. Disponible en: <https://silo.tips/download/que-es-la-enfermeria-escolar>
3. Zapolski TCB, Smith GT. Pilot Study: Implementing a Brief DBT Skills Program in Schools to Reduce Health Risk Behaviors Among Early Adolescents. J Sch Nurs [Internet]. 1 de junio de 2017 [citado 10 de abril de 2021];33(3):198-204. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6263959/>
4. Yasin HM, Isla Pera P, López Matheu C, Juvé Udina ME. El papel de los enfermeros escolares. Revista ROL enfermería [Internet]. 2017 [citado 22 de marzo de 2021];40(2):22-9. Disponible en: <https://medes.com/publication/120195>
5. Martínez Santos AE, Tizón Bouza E, Fernández Morante C, Casal Otero L, Cebreiro B. School nursing: Contents and perceptions about its relevance in the inclusive schools. Enfermería Global [Internet]. 2019 [citado 21 de marzo];18(4):291-307. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.4.344611>
6. Costa Gueterres É, de Oliveira Rosa E, da Silveira A, Mombaqué dos Santos W. Educación para la salud en el contexto escolar: estudio de revisión integradora. Enfermería Global [Internet]. 2017 [citado 21 de marzo de 2021];16(2):464-99. Disponible en: <https://medes.com/Public/ResumePublication.aspx?idmedes=124635>
7. González García N, López Langa N. Antecedentes históricos y perfil de la enfermera escolar Enfermería Escolar. Metas de Enfermería [Internet]. 2012[citado 2 de marzo de 2021]; 15(7): 50-54. Disponible en: <https://www.amece.es/images/1.antecedentes.pdf>

8. Icart Isern MT, Garrido Aguilar E, Miguel Cañas S de. Formación en enfermería escolar: efectividad del taller «Cine y salud escolar». FEM Revista de la Fundación Educación Médica [Internet]. 2013 [citado 21 de marzo de 2021];16(4):239-44. Disponible en: www.fundacioneducacionmedica.org
9. León Bonfli J, Cerdán Escobar M, Martín Esteve N, Fresno Guevara JA, Jimenez Martin M, Manero Ansón Y. Historia de la enfermería escolar y situación actual en España. Revista electrónica de portalesmedicos.com [Internet]. 2019 [citado el 22 de marzo de 2021]; p. 1-6. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/historia-de-la-enfermeria-escolar-y-situacion-actual-en-espana/>
10. Consejo general de enfermería de España. Marco de competencias del Profesional de Enfermería Experto en el Ámbito Escolar. Rev. Chil. Psicoanal. [Internet]. 2019. [citado el 22 de marzo del 2021]; 70 p. Disponible en: <https://www.consejogeneralenfermeria.org/pdfs/Doc Competencias Enfermería Escolar.pdf>
11. Delgado Valderrey M. Enfermería escolar: Análisis de situación y propuesta de intervención. Revista Enfermería CyL. [Internet]. 2020[Citado el 9 de marzo de 2021];12(1):91-101. Disponible en: <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/view/268>
12. Espina Rodríguez MR, Jara Valiño FJ, Rodríguez Valiente S. La importancia de la figura enfermera en un centro escolar. Revista electrónica de portalesmedicos.com [Internet].2017 [citado 10 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/enfermera-centro-escolar/>
13. Terán RÁ, Murga VCL. School nursing in Spain: Associationism and research. Cult los Cuid [Internet]. 2020 [citado 27 de febrero de 2021];24(56):198-210. Disponible en: <https://dialnet-unirioja-es.cuarzo.unizar.es:9443/servlet/articulo?codigo=7354100>

14. Estadísticas de Educación. EDUCAbase [Internet]. [citado 7 de marzo de 2021]. Disponible en: <http://estadisticas.mecd.gob.es/EducaJaxiPx/Datos.htm?path=/Educacion/Centros/Centrosyunid/2019-2020-da/Res//I0/&file=DARS01.px&type=pcaxis>
15. Omar Martínez V. La enfermera escolar: situación actual y necesidades de la población infantil. Revista Ocronos. [Internet]. 2020 [citado 7 de abril de 2021]. Disponible en: <https://revistamedica.com/enfermera-escolar-necesidades-poblacion-infantil/>
16. Ruiz Nieto V. Salud escolar: la enfermera escolar. En: Manual Práctico de Enfermería Comunitaria [Internet]. 2014 [citado 9 de abril de 2021]. p. 585-9. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5639781>
17. Ministerio de sanidad cybs. Encuesta Nacional de Salud. España 2017 Principales resultados. Nota técnica. [Internet]. 2017 [citado 14 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/encuestaNac2017/ENSE2017_notatecnica.pdf
18. Las enfermedades venéreas más comunes en España. Noticias Grupo Recoletas [Internet]. [citado 24 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://www.gruporecoletas.com/noticias/las-enfermedades-venereas-mas-comunes-en-espana/>
19. Sociedad Española de Oncología Médica. SEOM: El cáncer en cifras. [Internet]. 2019 [citado 24 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://seom.org/prensa/el-cancer-en-cifras>
20. Álvarez Terán R, Eguilaz Fanlo M, Miguel Moreno S. La enfermería escolar: un recurso necesario para la comunidad educativa. [Internet]. 2018 [citado 8 de abril de 2021];(22):165. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6524989>
21. Diario Independiente de Contenido Enfermero. DICEN. La necesidad de las enfermeras escolares en los centros educativos.

Enfermería 21 [Internet]. 2016 [citado 7 de abril de 2021]; Disponible en: <https://www.enfermeria21.com/diario-dicen/la-necesidad-de-las-enfermeras-escolares-en-los-centros-educativos-DDIMPORT-045431/>

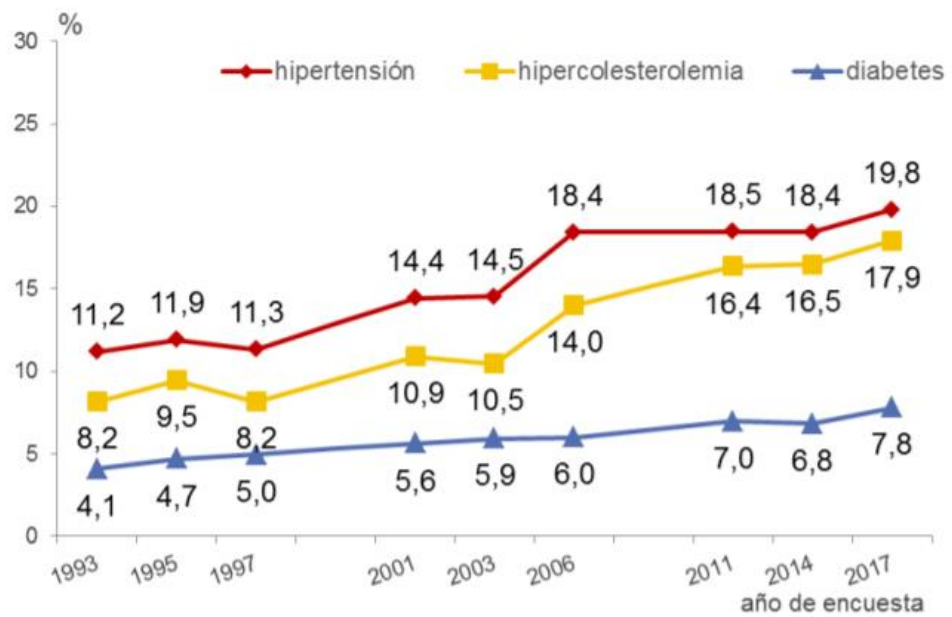
22. Montoro García A, Fernández Gutiérrez P. La enfermera escolar. Opinión de los progenitores de niñas y niños que inician la escolarización. Metas de Enfermería [Internet]. 2017 [citado el 10 de abril de 2021];20. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6198936>

23. Barba Cabañas FS. Importancia del papel del enfermero en la salud escolar. NPunto [Internet]. 2020 [citado 9 de abril de 2021];3(26): 1-16. Disponible en: <https://www.npunto.es/revista/26/importancia-del-papel-del-enfermero-en-la-salud-escolar>

24. Herramienta online para la consulta y diseño de Planes de Cuidados de Enfermería. [Internet]. NNNConsult. Elsevier; 2015 [citado 8 de abril de 2021]. Disponible en: <http://www.nnnconsult.com/>



7. ANEXOS


Anexo 1. Prevalencia de enfermedades crónicas.



Fuente: ministerio de sanidad cybs. Encuesta Nacional de Salud. España 2017 Principales resultados. Nota técnica. [Internet]. 2017 [citado 14 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/encuestaNac2017/ENSE2017_notatecnica.pdf

Anexo 2. Tríptico







PARA MAS INFORMACIÓN
 Enfermera escolar: Lucía Pardos
 Teléfono: 674 32 77 23
 enfermeraescolarlp@gmail.com

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE


- Material didáctico
- Juegos
- Talleres prácticos
- Experiencias



ENFERMERÍA ESCOLAR


Sesión 1: Hábitos saludables

- Correcto lavado de manos a través de una lámpara mágica.
- Alimentación saludable
- Hablaremos de los Trastornos de conducta alimenticia (TCA), tanto por defecto como por exceso
- Beneficios de una vida activa




Sesión 2: Drogas y Educación Sexual


- Riesgos del consumo de drogas
- Conoceremos las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y la manera de prevenirlas



¿Qué es la Enfermería Escolar?




4 SESIONES
: 2 horas



Sesiones

Sesión 3: Primeros auxilios

- ¿Qué llevamos en el botiquín?
- Método PAS (Proteger, Avisar y Socorrer)
- Maniobra Heimlich
- Maniobra Reanimación cardiopulmonar (RCP)



Sesión 4: Enfermedades crónicas

- ¿Qué son las enfermedades crónicas?
- Diabetes, Asma, Epilepsia, Alergia
- Principales complicaciones

Fuente: Elaboración propia

Anexo 3. Lavado de manos

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

⌚ Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

0  Mójese las manos con agua;	1  Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;	2  Frótese las palmas de las manos entre sí;
3  Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;	4  Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;	5  Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;
6  Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;	7  Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;	8  Enjuáguese las manos con agua;
9  Séquese con una toalla desechable;	10  Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;	11  Sus manos son seguras.

**Organización Mundial de la Salud**

Seguridad del Paciente
UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES
Clean Your Hands

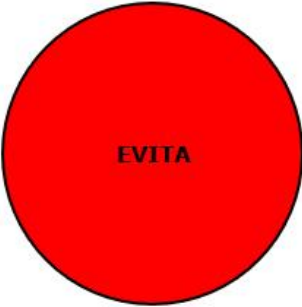



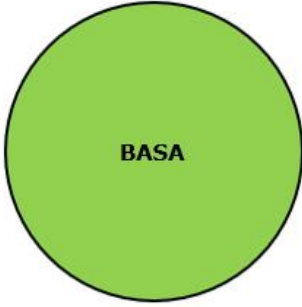

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Comprenda y acepte la responsabilidad de la información y de los usos del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudieran observarse al utilizarlo. La OMS agradece a los Miembros (Unión Europea de Ciencias (UEC)), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

Organización Mundial de la Salud, Ginebra 2010

Fuente: Organización Mundial de la Salud. ¿Cómo lavarse las manos? [monografía en Internet]. OMS; 2010 [acceso 25 de marzo de 2021]. Disponible en:

https://www.who.int/gpsc/information_centre/gpsc_lavarse_manos_poster_es.pdf

Anexo 4. Semáforo de la alimentación

 <p>EVITA</p>	
 <p>COMPLEMENTA</p>	
 <p>BASA</p>	

Fuente: Elaboración propia

Anexo 5. Vídeo TCA



Fuente: Basurte Villamor I, Sevilla Vicente MB, Holguera Ortiz S, Ferre Navarrete F. Trastornos de la conducta alimentaria. Medicine (Baltimore) [Internet]. 2011 [citado 14 de abril de 2021];10(86):5810-6. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=i52VkFgm3II>

Anexo 6. Carta TCA

Para mí, la anorexia es una voz. Para ella nunca es suficiente. Soy su esclava y no puedo decepcionarla. Hago 500 abdominales, pero siempre quiere más. Y aunque sé que estoy delgada, me siento gorda. Ducharme con espejo es una pesadilla y sentir que se me escapa algo es una sensación muy agobiante. Siempre me decía: "solo 1 kilo más y como engordes te vas a enterar". Siento que tengo que tenerlo todo bajo control, o peso lo que yo quiero o estoy gorda. Y es que no soy yo la que voluntariamente deja de comer, es más, tengo hambre y me estoy muriendo de hambre. Pero no como. No me cabe en la cabeza pesar más de 50 kilos. A veces me miro al espejo y me pregunto ¿Qué estás haciendo?

Pero luego recuerdo lo bien que siento que se te marquen los huesos. Parte de mí necesita sentirse enferma, pero no me quiero curar porque sé que voy a engordar. Me reconforta saber que yo adelgazo y las demás no. Porque, que bien siento tener hambre y no comer ¿verdad? Porque si como luego tengo que vomitar, eso dice ella. Y hay veces que hay tantas voces que la cabeza te explota, se te dispara el pulso y sientes que te ahogas, pero nunca hay nadie para salvarte. La sensación de tener dos voces y no saber a cuál hacerle caso. En este naufragio no hay un salvavidas, y a veces prefieres chocarte contra las rocas. No entiendo como la cabeza es capaz de engañarte de esta manera.

*Pero esta etapa de m***da me está haciendo madurar. ¿Por qué me tengo que sentir mal por comer, si es lo que necesito?*

Una tripa es una tripa, y la gente me va a querer igual, aunque no sea perfecta.





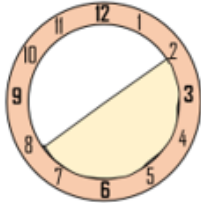
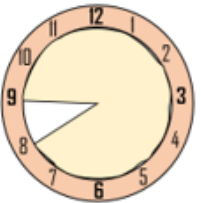
A mí, esta voz no me amarga. Porque ser feliz y disfrutar lo consiguen muy pocos. Recaer NO es una opción, yo lo que quiero es curarme y vivir. Me he dado cuenta de que sacrificar tu salud para cumplir los estándares de belleza no merece la pena. Todos los extremos son malos y la ambición es buena hasta un punto. Y es que, tengo una cosa clara; si no te quieres a ti misma, nadie lo va a hacer por ti. Estoy todo el día en un pienso, pero ¿sabes qué? Que el comer me hace feliz. Ayer me comí un ternasco con patatas y no me ha pasado nada, es más, estoy deseando que sea Domingo otra vez. Y recuerda, cuando la voz te diga que no, cabréate con ella. Esa voz no te va a fastidiar un buen plato de pasta. Si te paras a pensar, es increíble cómo ha cambiado mi forma de pensar en tan poco tiempo. Estoy orgullosa de mí misma.






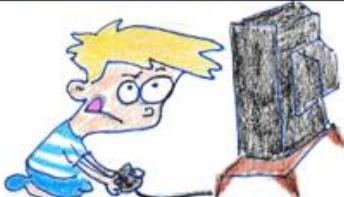
Todo esto lo escribo para haceros reflexionar sobre lo que importa realmente en esta vida. Tenemos que aprender a valorar las cosas que realmente importan. No crees más problemas, suficientes te pone la vida ya.

Y es que la vida es muy corta y si de algo me ha servido todo esto, es a valorar lo que tengo y sentirme afortunada. ¿Nos hemos parado a pensar la suerte que tenemos? Viajar, tener una familia, pasear.... Estar en el hospital me ha ayudado a valorar las pequeñas cosas. Porque, de todo se sale, pero hay que querer salir. Y si puedes, sé que lo vas a conseguir, porque vale la pena.

Fuente: Buil V, González P. Carta sobre TCA. 5º Planta, Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa. 2021.

Anexo 7. Juego sueño y descanso

<p>1. Si no duermes lo suficiente, te encontraras cansado y no rendirás en clase, ni disfrutaras del día.</p>	
<p>2. Con unos buenos hábitos de descanso, estarás listo para afrontar el día con energía.</p>	
<p>3. Ver la televisión antes de dormir, estimulara nuestro cerebro, impidiendo así el descanso.</p>	
<p>4. Leer antes de dormir, nos ayuda a relajarnos.</p>	
<p>5. No dormir las horas suficientes puede llevarnos a malos comportamientos.</p> <p>Fuente: Paruthi S, Brooks LI, D'Ambrosio C, Hall W, Kotagal S, Lloyd RM, et al. Tiempo recomendado de sueño para la población pediátrica: Una declaración de apoyo de la American Academy of Sleep Medicine. J Clin Sleep Med. 25 May 2016.</p>	
<p>6. En la infancia se recomienda dormir 10 horas.</p>	

<p>7. Un vaso de leche antes de dormir puede ayudarnos a conciliar el sueño.</p>	
<p>8. El consumo de bebidas con cafeína hará que no logremos dormirnos.</p>	
<p>9. Han de evitarse las cenas con grandes cantidades de comida.</p>	
<p>10. La cena será saludable y con poca cantidad.</p>	
<p>11. Realizar actividades al aire libre con amigos, hará que durmamos mejor.</p>	
<p>12. Evitar jugar a los videojuegos antes de dormir, y durante la semana.</p>	



Fuente: Elaboración propia

Anexo 8. Video alcoholismo



Fuente: prevención alcoholismo adolescencia. YouTube [Internet].
[citado 14 de abril de 2021]. Disponible en:
<https://www.youtube.com/watch?v=fC9MPyN4jA4>

Anexo 9. ¿Qué llevamos en el botiquín?

ENFERMERA		ESCOLAR
    	    	
   	   	

Fuente: Elaboración propia

Anexo 10. Encuesta evaluación

Programa de salud

1 ¿Qué es la enfermería escolar?

2 ¿Crees que es importante que haya una enfermera en el colegio?

Instrucciones de pregunta: ¿Por qué?

3 ¿Cuánto tiempo se debe dedicar al lavado de nuestras manos?

- ☐ 2 segundos ☐ 40-60 segundos ☐ 15 minutos

4 ¿Qué opción consideras mas saludable?

Instrucciones de pregunta: Seleccione una respuesta

- ☐ Yogur de fresa y galletas ☐ Leche con colacao y bocadillo de nocilla ☐ Yogur natural, fresas y nueces

5 Los Trastornos de la Conducta Alimentaria

Instrucciones de pregunta: Seleccione una respuesta

- ☐ Es importante que se pida ayuda pronto ☐ Están relacionados con una baja autoestima ☐ A y B son correctas

6 ¿Qué nos aporta el ejercicio físico?

Instrucciones de pregunta: ¿Realizas algún tipo de ejercicio? ¿Cuál?

- ☐ Estamos mas cansados ☐ Nos aporta energía ☐ Mejora nuestra autoestima ☐ B y C son correctas

☐

7 ¿Cuántas horas hay que dormir?

Instrucciones de pregunta: ¿Cuántas horas duermes?

- ☐ 10 horas ☐ 6 horas ☐ 8 horas
☐

8 Elige la respuesta correcta

Instrucciones de pregunta: ¿Fumas o bebes? ¿Por qué?

- ☐ El tabaco es bueno, pero el alcohol no ☐ El tabaco y el alcohol son drogas que perjudican la salud y muchas veces la vida de las personas que consumen ☐ No pasa nada por beber y fumar

9 En las relaciones sexuales

Instrucciones de pregunta: Seleccione una respuesta

- ☐ Es mejor no usar preservativo ☐ El preservativo solo sirve para no quedarse embarazada ☐ El preservativo previene enfermedades que no tienen cura, además de evitar el embarazo

10 Perico tiene diabetes ¿Podría jugar con nosotros?

Instrucciones de pregunta: Seleccione una respuesta

- ☐ No, porque esta enfermo ☐ Si, pero no mucho rato ☐ Si, midiéndose el azúcar antes, y comiendo algo en caso de que su azúcar estuviera bajo

11 Si hay una emergencia ¿Qué número hay que marcar?




12 En caso de encontrarte a una persona en el suelo ¿Qué harías?

Instrucciones de pregunta: Seleccione una respuesta

- ☐ Proteger a la persona, avisar a los servicios de emergencias y socorrer a la persona según mis conocimientos ☐ Nada, ya la encontraría alguien ☐ Me iría corriendo a buscar ayuda

Fuente: Elaboración propia

Anexo 11. Encuesta de satisfacción

			
He aprendido muchos conocimientos nuevos			
Me ha gustado y me ha parecido muy interesante			
¿Consideras necesaria la presencia de la enfermera en el colegio?			
¿Harías algún cambio? ¿Te interesa algún tema que no hayamos tratado?			

Fuente: Elaboración propia